

Checklist kraampakket

Een kraampakket behoort tenminste de volgende items te bevatten:

- 1 matrasbeschermer of bedzeil

Leg deze vier weken voor de uitgerekende datum op je bed ter bescherming van het matras. Het is handig hier nog een molton en hoeslaken over te leggen. Een prettig alternatief van een bedzeil kan een waterdichte molton matrasbeschermer zijn, van bijvoorbeeld IKEA, HEMA of Bol.com

- 10 celstof matjes
- 2 pakken kraamverband
- 1 pak inlegverband
- 1 pak maandverband
- 1 pak grote steriele gaasjes, tenminste 10 x 10 cm
- 2 pakken kleine steriele gaasjes, circa 4 x 4 cm
- 1 flesje alcohol 70%
- 1 pak zigzag watten
- 1 zeppompje desinfecterende zeep
- 1 flesje desinfecterende handgel
- 1 steriele navelklem of cordring